

«هَارْتس» : هوة كبيرة

تفصل بين العرب واليهود في القدس

تولكرم - شهد مستشفى تولكرم الحكومي هذه الأيام حملة شغطة في استقبال المرضى وتقديم الخدمات اللازمة والضرورية لهم دون إبطاء أو تعثر . يعود هذا إلى نظام الطاقم الطبي الجديد المنسجم واعداده الانسانية .

ويذكر أن هنر مرتع للمستشفى المذكور من الإلمام والعنصر في تقديم الخدمات التي لا يخلو خلق سموات المواطنين المتحركة التي تقلتها سائر الأعلام في جنه .

لفعلي والافراج
طنين بالصفة

الأمم المتحدة
وكالات الموانئ قد شكلوا هذه
اللجنة مؤخرا لتنظيم احتياجات
المساجد .

**توسيع عدد من
شوارع باقة الغربية**

طاولكرم - يباشر مجلس محلي باقة
الغربية يوم امس بتوسيع عدد من
الشوارع الداخلية في القرية ومن
ضمنها الشارع الرئيسي الموصل بين
طاولكرم و باقة .

اعلان
اللجنة المحلية للبناء والتنظيم في
القدس

أحكام بالسجن عن عدم من المو

القدس - يتوجه قريبا الى عمان وفد من شركة كهرباء اهل محافظة القدس برئاسة القائم بعمل رئيس مجلس الادارة حنا جابر ليتناقش الاستثمارات التي طرأت لبحث ادارة الشركة وادارة الطاقة الاسرائيلية.

جدير بالذكر ان مجلس الادارة قد توصل اسم الاول لمشروع اتفاق مع وزارة الطاقة الاسرائيلية تتناول بموجب الشركة من استيعابها قدرات حركتها على

القدس - يتوجه قريبا الى عمان وفد من شركة كهرباء اهل محافظة القدس برئاسة القائم بعمل رئيس مجلس الادارة حنا جابر ليتناقش الاستثمارات التي طرأت لبحث ادارة الشركة وادارة الطاقة الاسرائيلية.

جدير بالذكر ان مجلس الادارة قد توصل اسم الاول لمشروع اتفاق مع وزارة الطاقة الاسرائيلية تتناول بموجب الشركة من استيعابها قدرات حركتها على

يقبضه - اذبح - اعلن العراق ان طائرات حربية شنت اس في اوقات مختلفة غارات مدمرة على ثلاث

وجاء في بيان النقابية : ان الهيئة الادارية للنقابة وهيئتها العامة اكدت من خلال مواقفها العملية بدءا من بداية الازمة عام ١٩٧٩ وهي تحذير من مخاطر الانزلاق الى تنفيذ مخططات الاحتلال ، في فرض سياساته

الاول في المركز نتج عن تماس كهربائي ولم تحدث أية خسائر.

استقالة رئيس لجنة التوقيت الصيفي بإسرائيل

تل أبيب - تقدم البروفيسور الإسرائيلي زئيف ليف رئيس لجنة نظام التوقيت الصيفي بإسرائيل بالاستقالة من منصبه إضافة إلى فصل الجسد، رئيس جمعية

الدراسات العربية بالقدس.
وأفاد المتحدثون أن الأحداث
الآخيرة والتي وقعت في القطاع على إثر
مقتل الطالبين في جامعة بيرزيت

يت لحم يغيية تحديد الامكان التي
تراقب فيها قوات الجيش الاسرائيلي
في شهود الضباط ومعهم يحملون معهم
الطال للمدينة المقدسة .

تأجيل الكشف على أراصي

الاردنيان بمسجدهم الذي بنوا على اراضيهم
هذه الاراضي جميعها. بموجب سدات
ملكية خاصة والقانونية لاصحابها
الشريين اراضي قرية البادية.
وقد اجلت المصلحة الكشف الزمومو
تحت حدة غياض طالب التسلج
ان النكور كان يوافق التسلج عند
ساعات الصباح الاول.
وقد قامت الصباح من نوع مريسيس
عمومي انهم حواء بنقله من الموقع
خولوا من تعريضا اراضي القرية له.
وكان قد حضر اراضي القرية

المحامين اسماهم عوده وعبد عيسى
الوكيلان بهذه القضية بالإضافة إلى
عدد كبير من اهالي القرية .

تحقيق الباحث:

**محكمة بلدية نابلس
تنظر ٥٥ مخالفة لانظمة
وقوانين البلدية**

نابلس - عقدت محكمة بلدية
نابلس جلسة لها يوم امس برئاسة
القاضي صلاح مناع حيث نظرت في ٥٥
مخالفة لوائح وقوانين البلدية في
ضوء اوامر مالمه بحة الخالفين.

**المطالبة بتركيب هواتف
عمومية في طولكرم**

طولكرم - يطالب اهالي مدينة
طولكرم والشعراوية الجهات المعنية
بتركيب هواتف عمومية في انحاء
مختلفة من المدينة ليتسنى لهم
الاتصال بالبحراس بوجه وقضاء
احتياجاتهم.

ويذكر انه لا يوجد سوى هاتفين
عموميين في المدينة اجمعها لا يعمل

مشغل
نبيل الجلدة
افران للمطابخ - ماكنات للشوي - ابواب سحب حديدية
شفطات الدخان - جريلات - عجانات
ماكنات تنظيف الدواجن
جميع انواع الاثاث المعدني

و ج ب س ا ح د ه ز ط ي ك ل م ن س ع ف ق

وكلاء افران وثلاجات ماركة فينسا
FENSA

دام الله شارع السهل - تلفون ٩٥٣٨٧٩

موضوع: الصفحة الحولية للبناء والتخطيط في اعلان بموجب الفقرتين (١٤٩) لقانون البناء والتخطيط لسنة ١٩٦٥ في ما يلي القانون .

أحييت: علما بما يتعلق (اعلان) بموجب الفقرة "١٤٩" من القانون رقم السيد محمد وعائش ابو رميلة من قبل ان تقدم للجنة المحلية للبنان للتخطيط بطلب للحصول على رخصة بناء تشاء بناء اضافي الواقعة في كفر قاسم - قطعة ٨١.

يمكن: تحديد الاقتراض بشأن زيادة في كلفة البناء بنسبة ٧٠% لثلاثة فوق ٢٠ بالمائة للمسوح بترافق الزيادة في الارتفاع الى يتراوح بين ٢,٥٠ متر و ٣,٥٠ متر بدل ٢,٠٠ متر مسبوحين .

خلال اسبوعين مع تاريخ هذا اعلان الى اللجنة بالذمة مهندس بنة يشارع هل رقم ٣٣٠ .

مع الاحترام

ا ح كحلا

رئيس اللجنة المحلية

لندن - أكد تقرير كتبه قبل اصابع «قرنعتوا شيوع» مراسل صحيفة «لوموند» الفرنسية على اثر زيارة قام بها الى دمشق ان رجل الشراخ السوري يقف الى جانب العراق في تصميته للعودان الايراني .

ولكرت مجلة «الدستور» الصادرة في لندن ان هذه المسألة من قبل الشعب السوري لايباه العراقي الذين يخوضون حربا مفروضة عليهم منذ سبع سنوات احدها تقريبا وصلت الى منطقة الكوفة الدولية تشير الى ان السلطات السورية سوف مؤخر القضيض على مواطنين سوريايين وبالاتحادية في دير الزور .

وأضافت اللجنة انه تم اللقاء البقيض على اعضاء الفرع المحلي للحزب الحاكم في المدينة ملاشتات بمعتقداتهم شخص فقط استفادوا من هذا التعدد نخبه استجوابهم

نشأت لفظة ديوان احد موضوعها .

وتكرر بيان صادر عن القيادة العامة للقوات المسلحة العراقية فقلته وكالة الانباء العراقية «س.و.ا.» ان المقاتلات العراقية شنت غارات على مضائق تنكفي هنئ الخطفية في الساعة الحادية عشرة من صباح امس ثم عاونت ضربها في الساعة الثالثة والنصف بعد الظهر للامعان في تدميرها .

واضاف البيان ان المقاتلات شنت غارة في الساعة الواحدة بعد ظهر امس على مقصفي التجميع لاجل ابريش المنطقم ثم وفي الساعة الرابعة والنصف من عصر امس ضربت الطائرات العراقية مقصفا التجميع الرئيسية لاجل سايروس النظمي .

واوضح البيان ان المقاتلات العراقية اشعلت الفيضان في اهدافها وعادت الى قواعدها سالمة .

واكد ان هذه الغارات تأتي تطبيقا لخوض التدمير لشامل لتركزت الدروع واستأنه وبغية حرمان

في حصول الترخيص الشهر الماضي

مفاسية الاعياد في
فناء للمسجد
بيس السخل
عمارة ابوسعادة ت - ٧٤٣٦٥
الشرفة عمارة قرومت ٩٥١٩٤٧

في عالم السجاد ●●
نقش عجمي ومزخرف
بمسعر ٢٩٠ ديناراً نقداً
٢٠ ديناراً شهرياً لمدة ١٠ اشهر
بمسعر ٢٢٠ ديناراً نقداً
٢٢ ديناراً شهرياً لمدة ١٠ اشهر
بمسعر ١٨٠ ديناراً نقداً
١٨ ديناراً شهرياً لمدة ١٠ اشهر
قوة عشرة اشهر
ش العجمي والمزكوت على انواعه
في الجدران المستوردة
لجلد انواع رائعة مستوردة

رابطة الجامعيين
كلية الخليل الفنية الهندسية
اعلان
تعلم ادارة الكلية بان على الطلبة الراغبين في التسجيل
للمدراسة في الدورة المتقدمة في تخصص السيارات ومحركات
احتراق داخلي بان عليهم مراجعة قسمي الميكانيكا والتسجيل
لاستكمال اجراءات تسجيلهم لهذه الدورة اعتباراً من صباح يوم
الاربعاء ١٩٨٦/١٢/١٧ علماً بان شروط القبول لهذه الدورة هي:
١- ان لا يقل معدل الطالب المتقدم عن ٧٠٪ تراكمي (معدل
الخروج)
٢- ان يكون من خريجي قسم الهندسة الميكانيكية تخصص سيارات
ومحركات احتراق داخلي .
آخر موعد لاستكمال اجراءات التسجيل الساعة الثالثة من
بعد ظهر يوم الاحد الموافق ١٩٨٦/١٢/٢١ هذا مع العلم
بان عدد الطلاب المقرر قبولهم محدود ويكون القبول وفق المعدل
التنافسي للطلاب .
ادارة الكلية

وصل الى طهران بعد ظهر
 رئيس وزراء السودان صائق للهدنة
 لاجراء مباحثات مع كبار المسؤولين
 الإيرانيين حول قضية اسرى الحرب
 السودانيين المحتجزين في ايران
 والذين حاربوا الى جانب القوات
 العراقية ضد ايران.
 وتكرت وكالة الانباء الإيرانية
 سيتم فتح السفارة السودانية في
 طهران خلال زيارة رئيس وزراء
 السودان الى ايران التي تستمر اربعة
 ايام.

حسب الاسماء بالسودانيين

مفاجأة الموسم
 معرض ال
 لصاحبه
 بيت لحم - الشارع الرئيسي
 رام الله البيرة - الشارع الرئيسي
 ● أكبر عرض خ
 ■ سجادة انكليزيه
 ■ سجادة ٤٠٠ × ٥٠
 او ٣٥٠ دينار اول دفعة ٥٠ دينار
 سجادة ٣٠٠ × ٥٠
 او ٢٦٠ دينار اول دفعة ٤٠ دينار
 سجادة ٢٥٠ × ٥٠
 او ٢٢٠ دينار اول دفعة ٤٠ دينار
 الاقساط مسلف
 على جميع انواع السجاد
 ٧ شيكل رول
 ٥٠-٥٠ شيكل المتر المربع

٩٥٣٨٧٩ تلفون - السهل

سوفيات على صناعته وتعميده بامتداد - بعد سجنين سجون - حصاره - سيدرك ان هذا موسى انه منذ اطلق الحصار الاول قد «فتح» هذا يؤسس واستطاعه لحصار شاتلدا.

الموقف الخائني يتجاهل البرنامج السياسي الذي تدور في ساقه واجهة ويوهن سياسته ويتناججه وهي نتائج - لا يتحكم بها اطلاقا - لا هي مقدمات للمواجهة، حيثياتها، المصالح المتضاربة فيها، الغايات التي يصبها فيها، القوى التي تحركها، الشعارات التي يخترعها، وراها، لا يرى سوى نتيجة محتملة من نتائجها وهي نتيجة تفصيلية بالرغم من صيغتها.

لا يتطرح هذا الموقف على نفسه السؤال الديهي: لماذا الحصار قائم دائما عندما سقوط الخميني دار؟ وهو اذ يهرب من السؤال الديهي يكون من يحاول تقديم كل شيء على شكله النفسي، لا ليس بل في المواجهة الاطلاق ان الحصار الاقتصادي، ولم يبق فيها، تعيش، ان جانب الماركة مشكلة نفسية حادة: مشكلة ازواج الشخصية، والاغراض والعمل من الغرض العادي في هذه «الجهية» حالة نموذجية للعب النفسي، لا تدعي ان تستعمل بحثا مضنيا، والخل الوحيد المطروح، في حال استعصاء هو حبل انحراري، ولعل هذا هو حرفيا ما عنده احمد جبريل عندما قال «ان سقوط مخيم شاتلدا يعني نهاية جهية الانقاذ واعلان ختمها بريماجه، لقد نعى نفسه مسبقا كحل لا في غيره لتتعلق مغلضته نفسية، اكثر من ذلك، لقد رهن حياته باحد قرارين خارجين لصمان عن نجاته: نجاح «دار» في اجتياح الخميني يعني قتل «الجهية» الاقتصادية، لذلك الخميني الدفاع عن نفسه يعني قتل جهية الاطلاق، لذلك لم يدور بل من تهديد الطرفين بالانتحار المسبق، لم يدور ان يحمل (ومشرق) مسؤولية احتضاره اللديد، لذلك اكتفى بمطالبة بتمها ضعه حد لعباته، ولم يدور ان يتصالح مع نفسه وشعبه لذلك اكتفى بخصاص اسقاط الخميني لا يرتكن الحصار اصلا والبرنامج البني بشكل هذا من بؤه.

ولمذا التجدد وجه طوفان لا شك فيه، فيه مرانة عن الطرفين مصارعين مهمتان بوجهية الاطلاق وبرنامجه وريمان على اسقاط اجمعا لانقاذ والاقتناع، لكن الامر، في الواقع ركن تصامم، قدمت «الاقتناع» جهيضا منذ البداية وكان من سوء حظها ان القابلية التي وجهت الى الخور استعملت وسائل اصطناعية لاقتها، شكلها على قيد حياته، لذلك فلا التهديد بالانتحار لا يفتح طللا ان صاحبه ميت، او ميت، اصلا.

الشعب الرياضي

محطات رياضية

بقلم : ابراهيم محمود غيث / القدس

اجمل ما قرأت

ان رابطتي اندية الضفة والقطاع وهما فئة من الرياضيين تراعي المصلحة العامة وتسعيان لدعم كل المجالات سيتم التعاون والتنسيق بينهما وهذا خير دليل على وحدة العمل المشترك والذي من اجله تستطيع الرابطتين ان تقدم المراد منهما واداء دورهما الكامل . عمل مفيد نباركه .

تعريفات رياضية

• الضربة الحرة : وتقسّم الى قسمين : مباشرة وهي التي يمكن منها احراز هدف مباشرة في مرمر الخصم وغير مباشرة وهي التي يتحتم ان يلعبها لاعب آخر قبل دخولها للمرمى تحتسب هدفاً .

• متوسط الهجوم : هدف الفريق وقائد الهجوم ومنفذ الخطة و يجب عليه اجادة لعب الكرة بالراس والتسديد بالقدمين نحو المرمى وهو اكثر اللاعبين تعرضاً للمراقبة من دفاع الخصم ويتحتم عليه اجادة الخداع والهروب من المراقبة مع سرعة في تمرير الكرة للزميل قبل مهاجمة الدفاع له .

• التسخين : هو تهيئة وتنشيط الدورة الدموية واعاد عضلات الجسم لنقل مجهود التدريب ويؤدي عادة بالجرى الخفيف مع التدرج قليلاً في السرعة ثم بعض تمرينات المرونة البسيطة .

اجمل ما سمعت

ان مجموعة من نجوم الضفة خلال السبعينات سيشاركون في مباراة اعتزال اللاعبين المخضرم عماد عكة حارس مرمرى سلوان ومن بين هؤلاء اللاعبين سامر بركات وغسان البلعاوي وحازم صلاح وغيرهم .

اجمل ما رايت

ان حكماً لكرة القدم قام بنقل احد اللاعبين اثناء سير المباراة حينما اغمى عليه فتحية لهذا الحكم ولا مثاله .

آخر المشاور

برجك من وزنك
٥٠ - ٦٠ كلغم : عضلاتك في ازدياد ، حاول التقرب من الآخرين ، حافظ على مدرجك
٧٠ - ٨٠ كلغم : عمل جديد وظيفية جديدة ، مرض مفاجئ ، تاخر في التمرين ، لا تواجه بما تنجزه - هذا العام اما ان تبرز واما ان تنتقل الى وزن آخر .
٩٠ - ١٠٠ كلغم : الغرور قد يسيطر عليك ، تاخر في رفعاتك ، تتقلب وقتاً طويلاً لاستعادة ما فاتك ، لا تستمع لمن يحطم لك نفسيتك كبطل .
١١٠ كلغم فما فوق : كرر القول المأثور من علمني حرفاً كنت له عبداً ، تمرن دون ثورية ، ناديك هو بيك قبل بطولة ما ... حافظ على الصداقات المثيرة .

(الغرور مرض)

نصائح طبية

الانتصارات المتوالية عادة ما تكون ارضية خصبة لمرض عام يسمى الغرور ، وعلى كل مدرب ان يكون حريصاً جداً حتى يمنع انتشار هذا المرض . هذا الداء كثيراً ما يصيب اللاعبين وتكون نتيجته الخسارة لمباريات الفريق . فانهزيمة تولد العيش والنصر يقلل من التحفز ، من الطبيعي ان يشعر اللاعبين بالرضا عن النفس عندما يبذلون الجهد المتوالي يوماً بعد يوم ويكون نتيجة هذا الجهد هذا النجاح . اذا أضغنا الى هذه الثقة بالنفس قد رتهم على معرفة حالة الفريق المشافسة ، فان ذلك يجعلهم يفقدون الحافز الذي يدفعهم الى ان يتدربوا بشدة حتى يزيدوا من قوتهم . ومهما قال لهم مدربهم انهم يمكن ان يهزموا من فريق ضعيف ان استهزأوا به ، فانه غالباً ما يطغى عليهم مرض الغرور بحيث لا يختصون الى هذا التحضير . لذلك فالدرب مهما تأكد من ضعف الفريق المنافس فان عليه ان يؤكد في التدريب على الاساسيات ، وهذا الاسترسال في التدريب عليها لن يضر الفريق ابداً ، بل يجعل المباراة واداء مهاراتها الاساسية والخطية كعمل ديناميكي لا يتأثر بضعف الخصم بما يجعل الفريق يحتفظ بشكل الاداء بصورة كاملة يضمن بها قوة الاداء وحرارة المنافسة والفوز .

أ.د. كمال درويش

المهر للمهرلة

حيث تجددت افضل الاسعار للمهرلات المحلية

القدس - شارع سليمان ١٩

قرب مرقعة للاهبة الكبريتية ٢٨٠٩٩٢ - ٢٨٩٩٥٠

نورونا تصبوا من زياتنا

دورة صدام الدولية في الاسكواش

في نهاية يناير القادم ينظم المغرب ندوة دولية يحضرها العديد من الخبراء العرب والاجانب تستمر لمدة يومين .. الندوة تعقد في مدينة مراكش وتتناول ثلاثة موضوعات رئيسية هي : التنظيم والتشجيع الرياضي ، والعلوم والتقنيات في خدمة الرياضة ، والاتفاق المستقبلية للرياضة ..

وراء كل ضائع امرأة !!

هل تذكرين مدير فريق مانشستر يونايتد المزعول رون آليكسون الذي نشرنا خبر فصله في العدد الماضي ؟ لقد تبين ان امرأة وراء كل المصائب التي حلت به .. في اسرته وفي عمله !! تلك المرأة : ماجي هاريسون هي التي تسببت في انفصاله عن زوجته وابنته قبل عامين ، وهي ايضا التي قادته الى الطرد من مانشستر يونايتد اثر حياة الصخب والسرور التي اجتذبت إليها .. هذه الحياة المنحرفة انعكست على معاملته مع اللاعبين وعلى نتائج فريقه الذي ملى بهزائم ثقيلة ادت الى فصله !!

ختام ناجح لبطولات اليد لمدارس لواء نابلس اشبال تل الاعدادية ظفر بكأس البطولة



فريق مدرسة تل الحانز على بطولة المرحلة الابتدائية بكرة اليد .

استئناف الانشطة الرياضية في القطاع اليوم التفاح مع الشجاعة النصيرات مع الجمعية الاسلامية

وتبدأ يوم غد السبت مباريات بطولة كرة اليد وستكون على النحو التالي :
خدمات النصيرات - شباب رفح
على ملعب خدمات النصيرات
خدمات جباليا : خدمات خانيونس على ملعب جباليا
وستبدأ مباريات كرة اليد لاندية الدرجة الممتازة يوم غد السبت من جهة اخرى تبدأ مباريات كرة السلة لاندية الدرجة الممتازة يوم الاحد القادم .
وتبدأ يوم الاربعاء القادم مباريات كرة السلة لاندية الدرجة الاولى .
الدرجة الممتازة على النحو التالي :
التفاح مع الشجاعة على ملعب البروم
خدمات خانيونس مع شباب بيت حانون على ملعب خانيونس
خدمات النصيرات مع الجمعية الاسلامية على ملعب رفح
قرر مجلس ادارة رابطة القطاع في جلسته المنعقدة يوم الاثنين الماضي استئناف النشاط الرياضي ابتداء من اليوم فقد تم ارسال كتب بهذا الخصوص للجان المسابقات والاندية المشتركة وقد شرعت اللجان بجدولة المباريات حيث ستقام اليوم الجمعة مباريات دوري كرة القدم لاندية

من عزام الحافي : ضمن النشاطات الرياضية لمدارس لواء نابلس جرت مباريات كرة اليد لجميع المراحل تحت رعاية مدير التربية والتعليم صلاح العالم ، وبإشراف موجبه التربية الرياضية سالم سماعة ، وكانت النتائج كما يلي :

المرحلة الثانوية

اشترك في هذه البطولة ١٠ مدارس واسفرت عن فوز مدرسة الحاج معزوز المصري بالمرتبة الاولى ومدرسة الصناعات الثانوية بالمرتبة الثانية ومدرسة قنري طوقان الثانوية بالمرتبة الثالثة .
راقب سير هذه البطولة عضو اللجنة الرياضية السيد محمد علي عباس / مدرسة الرازي الابتدائية .

المرحلة الثانوية المتوسطة

اشترك في هذه البطولة ٧ مدارس واسفرت عن فوز مدرسة قبلان الثانوية بالمرتبة الاولى ومدرسة الحامرية الثانوية بالمرتبة الثانية ومدرسة العقر بانيات الثانوية بالمرتبة الثالثة .
راقب سير هذه البطولة عضو اللجنة الرياضية عزام الحافي / مدرسة الكندي الاعدادية .

المرحلة الاعادية

اشترك في هذه البطولة ٨ مدارس واسفرت عن فوز مدرسة تل الابتدائية بالمرتبة الاولى ومدرسة حوارة الابتدائية بالمرتبة الثانية ومدرسة بيتا الابتدائية بالمرتبة الثالثة .
راقب سير هذه البطولة عضو اللجنة الرياضية عصام النصر / مدرسة الغزالية الثانوية وحكم هذه البطولات نخبة من معلمي التربية الرياضية .
اقيمت جميع المباريات على ملعب مدرسة ابن الهيثم الاعدادية .

المرحلة الابتدائية

اشترك في هذه البطولة ٨ مدارس واسفرت عن فوز مدرسة تل الابتدائية بالمرتبة الاولى ومدرسة حوارة الابتدائية بالمرتبة الثانية ومدرسة بيتا الابتدائية بالمرتبة الثالثة .
راقب سير هذه البطولة عضو اللجنة الرياضية عصام النصر / مدرسة الغزالية الثانوية وحكم هذه البطولات نخبة من معلمي التربية الرياضية .
اقيمت جميع المباريات على ملعب مدرسة ابن الهيثم الاعدادية .

اصابات للاعب

وربما الرماية سواء بالطبقة او بالبنذقية الخرطوش تحتاج الى استخدام نوع من المواقف لان لا رد فعل ضغط الهواء الناتج من انطلاق القذوف من الممكن ان يؤثر على الرامي ، وهو عبارة عن قرصين من اللباد كسدائين للاندئين .

وبالنسبة للرماية من لاعبي العاب القوى نجد ان اللاعب رامي المطرقة يرتدي حزاماً خاصاً حول وسطه ، ونجد ان اللاعبين يرتدون انواعاً من الجوارب الجلدية لرسمهم مزودة بأزوار من المعدن حتى لا تحدث اصابات لحاصل رسغهم . وبالنسبة للاعب الرمي سواء مطرقة او قرص او حلة فلقد زودت حلة الرمي بدائرة مرتفعة مزودة بشبكة كبيرة حتى لا يصيب اللاعب زملاءه من اللاعبين او الحكام او اي من المتفرجين ، وفي نفس الوقت نجد ان لاعبي القفز العالي قد وضعت اسفل عارضة القفز والوثب مرتبة كبيرة من الاسفنج لحماية اللاعبين من الاصابات . وايضا بالنسبة للاعب الوثب الطويل فانه في نهاية منطقة الوثب توجد حفرة ومنطقة ملينة بالرمل لحمايتهم من الارتطام بالأرض .

وبالنسبة للملاكمين فاننا نجد القفاز يعتبر واقياً ليد الملاكم نفسه من الاصابة اذا كانت قبضة اليد جرداء . ونجد ان معظم الملاكمين يرتدون الربطة الضاغطة والمطاطة والا ستويلست حول رسغهم وذلك لاعطائهم القوة والشباب عند الضرب . والقوانين حرمت الضرب تحت الحزام لحماية اللاعبين من الاصابات الخطرة في مباريات المحترفين والهواة على السواء ، والمحترفين والهواة قد اجبروا على ارتداء واقى الاسنان كل حسب ما يناسبه ، والمفروض ان يصنع هذا الواقى طبيب اسنان متخصص وذلك حتى لا يفقد اي منهم اسنانه .

وفي رياضة مثل الرجبي مثلاً نجد ان ملاكمي اللاعبين مثل ملاكمي الرجل الفولاذي المدرع في القرون الوسطى فعل الراس خذوة مزودة بشبكة امامية لحماية الراس والوجه ، وعلى الاكاف دروع من اللباد والمطاط لحماية الكتفين وبالنسبة للمركبين وحذاء خاص باللعب يناسب الجري على التيجال . والملاكم طو يلة لتمنع التسلخات والكدمات .

د. عبد العظيم العوادلي
اخصائي العلاج الطبيعي
واصابات الملاعب

تجربتي تحت المظلة

كان لنا هذا اللقاء مع احد مدربي الكاراتيه في بيت المقدس في طريقة الشوتوكان يعمل مخلصاً واجادا في سبيل انشاء جيل رياضي يحمل اسمي معاني الرياضة والاخلاقية الرياضية وهو :
جمال محمد يعقوب ديوه الحلي الملقب بالفرح الاسود .
عمر الزماني : ٢٧ سنة
عمر الرياضي في لعبة الكاراتيه ٩ سنوات
الحالة الاجتماعية : اعزب
اصاكن التدريب : اقوم بتدريب

اسيانيا واليونان تفوزان في بطولة الامم الاوروبية

فازت اسيانيا على اليونان ١٧/٦ ، واليونان على القبارصة اليونانيين ١٧/٦ ، التفتيات التي تجري للتأهيل لبطولة الامم الاوروبية بعد عامين في المانيا الغربية .. الطرف ان الفرق المهزومة هي التي يبارت بالتسجيل .. ثم انهزمت بعد ذلك .

اليوم...ضمن الممتازة والثانية

ضمن نطاق مباريات الدرجة الممتازة يلتقي اليوم فريق الهلال المقدسي وحطين ، على ملعب البيرة ، وضمن نطاق مباريات الدرجة الثانية يلتقي اليوم فريقا جبل المكبر والموظفين على ملعب ام طوبا .



مدير مارادونا مع كرتة الذهبية بين جرموزين من فريق كرة القدم الفرنسي

مارادونا البطيخة الذهبية !

الهدف في المرمى اولاً والشهرة تاتي من بعد . مارادونا لا يركض خلف تلك الشهرة ، فانه تسمى بها بطيخة . انها لموهبة في حذاء . وكان لهذا البطل الاجتنبتي الذي اكسب بلاده مرتين بطولة العالم في كرة القدم والذي يعود اليوم مع فريق نابولي الايطالي ، ما لم يكن يحق له به "جائزة الكرة الذهبية" التي ابتكرتها "فرانس فوتبول" بالتعاون مع "اديساس" عام ١٩٨٢ لتكون كل سنة من نصيب افضل لاعب كرة اوروبي . وروبي وحسب . لكن مارادونا صيد اهداف ولها لم يتأخر ثابته في الطيران الى باريس ليتسلم كرتة الذهبية ، في الثالث عشر من الشهر الماضي . الى جانبته كان اثنان من نخبة

الهدف في المرمى اولاً والشهرة تاتي من بعد . مارادونا لا يركض خلف تلك الشهرة ، فانه تسمى بها بطيخة . انها لموهبة في حذاء . وكان لهذا البطل الاجتنبتي الذي اكسب بلاده مرتين بطولة العالم في كرة القدم والذي يعود اليوم مع فريق نابولي الايطالي ، ما لم يكن يحق له به "جائزة الكرة الذهبية" التي ابتكرتها "فرانس فوتبول" بالتعاون مع "اديساس" عام ١٩٨٢ لتكون كل سنة من نصيب افضل لاعب كرة اوروبي . وروبي وحسب . لكن مارادونا صيد اهداف ولها لم يتأخر ثابته في الطيران الى باريس ليتسلم كرتة الذهبية ، في الثالث عشر من الشهر الماضي . الى جانبته كان اثنان من نخبة

الهدف في المرمى اولاً والشهرة تاتي من بعد . مارادونا لا يركض خلف تلك الشهرة ، فانه تسمى بها بطيخة . انها لموهبة في حذاء . وكان لهذا البطل الاجتنبتي الذي اكسب بلاده مرتين بطولة العالم في كرة القدم والذي يعود اليوم مع فريق نابولي الايطالي ، ما لم يكن يحق له به "جائزة الكرة الذهبية" التي ابتكرتها "فرانس فوتبول" بالتعاون مع "اديساس" عام ١٩٨٢ لتكون كل سنة من نصيب افضل لاعب كرة اوروبي . وروبي وحسب . لكن مارادونا صيد اهداف ولها لم يتأخر ثابته في الطيران الى باريس ليتسلم كرتة الذهبية ، في الثالث عشر من الشهر الماضي . الى جانبته كان اثنان من نخبة

الهدف في المرمى اولاً والشهرة تاتي من بعد . مارادونا لا يركض خلف تلك الشهرة ، فانه تسمى بها بطيخة . انها لموهبة في حذاء . وكان لهذا البطل الاجتنبتي الذي اكسب بلاده مرتين بطولة العالم في كرة القدم والذي يعود اليوم مع فريق نابولي الايطالي ، ما لم يكن يحق له به "جائزة الكرة الذهبية" التي ابتكرتها "فرانس فوتبول" بالتعاون مع "اديساس" عام ١٩٨٢ لتكون كل سنة من نصيب افضل لاعب كرة اوروبي . وروبي وحسب . لكن مارادونا صيد اهداف ولها لم يتأخر ثابته في الطيران الى باريس ليتسلم كرتة الذهبية ، في الثالث عشر من الشهر الماضي . الى جانبته كان اثنان من نخبة

الهدف في المرمى اولاً والشهرة تاتي من بعد . مارادونا لا يركض خلف تلك الشهرة ، فانه تسمى بها بطيخة . انها لموهبة في حذاء . وكان لهذا البطل الاجتنبتي الذي اكسب بلاده مرتين بطولة العالم في كرة القدم والذي يعود اليوم مع فريق نابولي الايطالي ، ما لم يكن يحق له به "جائزة الكرة الذهبية" التي ابتكرتها "فرانس فوتبول" بالتعاون مع "اديساس" عام ١٩٨٢ لتكون كل سنة من نصيب افضل لاعب كرة اوروبي . وروبي وحسب . لكن مارادونا صيد اهداف ولها لم يتأخر ثابته في الطيران الى باريس ليتسلم كرتة الذهبية ، في الثالث عشر من الشهر الماضي . الى جانبته كان اثنان من نخبة

الهدف في المرمى اولاً والشهرة تاتي من بعد . مارادونا لا يركض خلف تلك الشهرة ، فانه تسمى بها بطيخة . انها لموهبة في حذاء . وكان لهذا البطل الاجتنبتي الذي اكسب بلاده مرتين بطولة العالم في كرة القدم والذي يعود اليوم مع فريق نابولي الايطالي ، ما لم يكن يحق له به "جائزة الكرة الذهبية" التي ابتكرتها "فرانس فوتبول" بالتعاون مع "اديساس" عام ١٩٨٢ لتكون كل سنة من نصيب افضل لاعب كرة اوروبي . وروبي وحسب . لكن مارادونا صيد اهداف ولها لم يتأخر ثابته في الطيران الى باريس ليتسلم كرتة الذهبية ، في الثالث عشر من الشهر الماضي . الى جانبته كان اثنان من نخبة

الهدف في المرمى اولاً والشهرة تاتي من بعد . مارادونا لا يركض خلف تلك الشهرة ، فانه تسمى بها بطيخة . انها لموهبة في حذاء . وكان لهذا البطل الاجتنبتي الذي اكسب بلاده مرتين بطولة العالم في كرة القدم والذي يعود اليوم مع فريق نابولي الايطالي ، ما لم يكن يحق له به "جائزة الكرة الذهبية" التي ابتكرتها "فرانس فوتبول" بالتعاون مع "اديساس" عام ١٩٨٢ لتكون كل سنة من نصيب افضل لاعب كرة اوروبي . وروبي وحسب . لكن مارادونا صيد اهداف ولها لم يتأخر ثابته في الطيران الى باريس ليتسلم كرتة الذهبية ، في الثالث عشر من الشهر الماضي . الى جانبته كان اثنان من نخبة

بطاقت



الاسم : نبال عبيد شاهين
العمر الزمني : ١٤ عاماً
العمر الرياضي : ٥ سنوات
المدرسة : انات الخليل الاعدادية (الوكالة)
اللعبة التي تمارسها : الجمار
سكرة طولة
من له الفضل في تدريبك : المربية فاطمة العارونة
الى من تود ان تلعب في اللعب : الى رنا طيلة - رنا سلطان
تجربتك المفضل : الأرجنتيني مارادونا .

ماذا فعل لو كنت الحكم؟

صورة وسؤال



س . اثناء اللعب احد اللاعبين يولع وسكاره ماذا يفعل الحكم ؟
١- هل يطلب من رئيس فريق اللاعب المتكبر ان يلفت نظر اللاعب على ذلك .
٢- هل يطرد اللاعب من الملعب ويستأخذ اللب بعد ذلك بركة حرة غير مباشرة من مكان اللاعب يلعبها الفريق الآخر ؟
ج . مع مبدأ اتاحة الفرصة للخصم .. والا يوقف اللعب وينذر اللاعب المتكبر ويستأخذ اللعب بركة حرة غير مباشرة يلعبها الفريق الآخر من مكان اللاعب .
ملاحظة : اذا وجد اتاحة فرصة .. يستطيع الحكم متابعة اللعب وينذر اللاعب المتكبر من دون ان يوقف اللعب .

راش .. لن يتراجع

مهاجم انجلترا الشهير ايان راش كان قد وقع عقداً مغرياً للانضمام لنادي يوفنتوس الايطالي مقابل ٣ ملايين جنيه استرليني . ولكن عشاق اللاعب الكبير وانتصار فريق ليغريول الانجليزي نظمو حملة لمحاولة اثباته على قراره باللعب ليوفنتوس . وجرماتهم من فنه .. ووصلت تلك الحملة ان نظم مشجعو ليغريول للشاهرات والافاق بل وطبعوا المنشورات وزعموا في مباراة فريقهم الاخيرة مع كوفنتري يطالبون ببقاء راش وعدم سفره الى الخارج . ووصل الامر الى ان ابدى المسؤولون في ليغريول استعدادهم لرفع راتب ايان راش ليحبل اعل من راتب اي لاعب انجليزي آخر . ولكن .. قطع راش كل تلك الحملة واعلان انه لن يتراجع عن قراره باللعب ليوفنتوس ..

الهدف في المرمى اولاً والشهرة تاتي من بعد . مارادونا لا يركض خلف تلك الشهرة ، فانه تسمى بها بطيخة . انها لموهبة في حذاء . وكان لهذا البطل الاجتنبتي الذي اكسب بلاده مرتين بطولة العالم في كرة القدم والذي يعود اليوم مع فريق نابولي الايطالي ، ما لم يكن يحق له به "جائزة الكرة الذهبية" التي ابتكرتها "فرانس فوتبول" بالتعاون مع "اديساس" عام ١٩٨٢ لتكون كل سنة من نصيب افضل لاعب كرة اوروبي . وروبي وحسب . لكن مارادونا صيد اهداف ولها لم يتأخر ثابته في الطيران الى باريس ليتسلم كرتة الذهبية ، في الثالث عشر من الشهر الماضي . الى جانبته كان اثنان من نخبة

